

"PREPARACIÓN Y USO DE TINTURAS, MICRODÓSIS, JARABES Y POMADAS CON PLANTAS MEDICINALES"



Cabecera Santa María Chimalapa, Oax



Zócalo de la Ciudad de México

En la actualidad, el crecimiento demográfico, pero sobre todo, la ausencia de Medidas Básicas de Higiene, la Desnutrición y Mal Nutrición, que existen en nuestro país, son factores importantes que influyen para adquirir diversos tipos de padecimientos, sobre todo en el medio rural, algunas de éstos causando enfermedades que antes no "existían" o que se pensaban sólo eran para personas que vivían en grandes ciudades, pero que ahora ocupan los primeros lugares de padecimientos en el campo, como son:

cáncer en niñas-os (leucemia), en hombres (pulmonar y de estómago) y en mujeres (de mama y cérvico uterino); obesidad infantil; caries dentales; diabetes; hipertensión arterial; asma (fatiga) ; estrés (nervios); etc., por mencionar sólo algunas.

Entonces, la salud hay que procurarla y cuidarla cada día, y el mejor guardián de ella es uno mismo; así que dependiendo de la forma en que vivimos; de lo que comemos; de cómo nos relacionamos con los demás; del cuidado que le damos a nuestro cuerpo y de las características personales -tanto las heredadas de nuestros padres, como las adquiridas en el transcurso de nuestras vidas- será el nivel de salud que cada uno de nosotras-os tengamos.





Por eso es importante cuidarnos; llevando una vida sana, libre de tabaco, de alcohol, de drogas, de grasas, de refrescos, alimentos industrializados (latas) y comida chatarra (“sabritas”, pan “bimbo”, totis, fritos, etc).













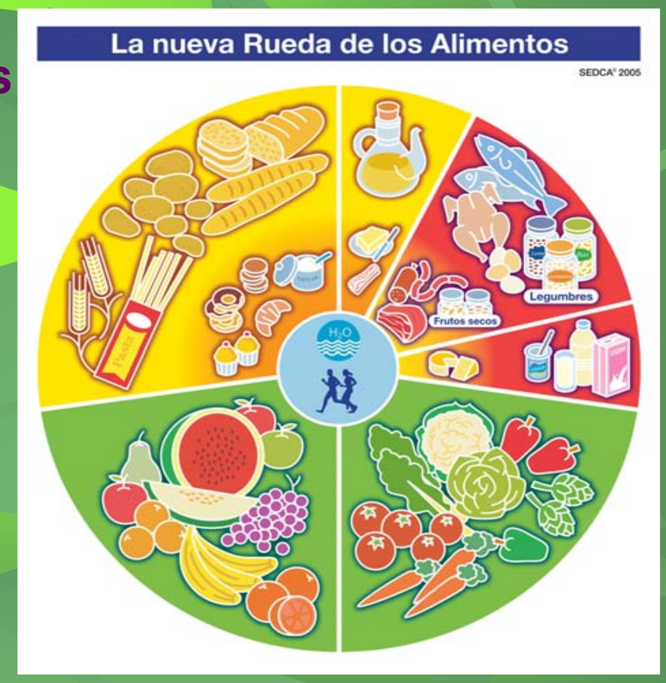




Por eso, los buenos alimentos son parte muy importante del cuidado de nuestra salud, ya que cumplen la función de crecimiento, reparación de tejidos envejecidos y mantenimiento del nivel de actividad de nuestro organismo. Todos ellos realizan importantes funciones en mayor o menor grado, destacándose por ejemplo:

leche, queso, huevo y carnes blancas (pollo y pescado) los cuales, por su gran contenido en proteínas y calcio actúan formando los tejidos, los músculos y el esqueleto.

Las frutas y verduras nos proporcionan las vitaminas y minerales necesarios, los cereales (como el maíz y el trigo) y las grasas (en cantidad limitada) la energía –calorías- indispensable para mantener la temperatura que el cuerpo requiere para llevar a cabo nuestras actividades físicas diarias.



Una alimentación variada en cantidad y calidad es la mejor forma de prevenir y combatir las enfermedades, cuidando así nuestra salud.

• Cuando la dieta diaria, contiene la variedad y las proporciones correctas de los distintos alimentos, las sustancias nutritivas (vitaminas, minerales, proteínas, carbohidratos y grasas) permitirán a nuestro organismo desarrollarse normal y sanamente.

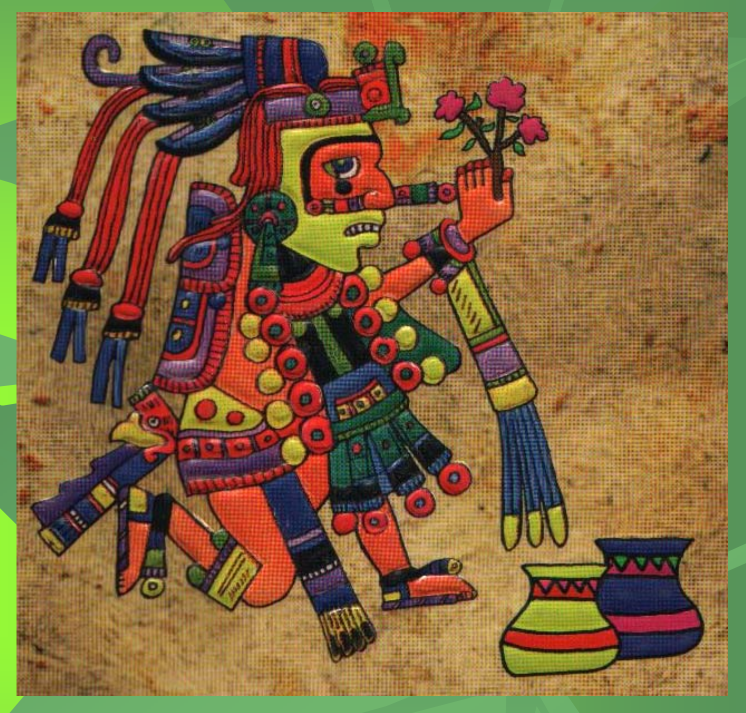
• Una alimentación variada en cantidad y calidad es la mejor forma de prevenir y combatir las enfermedades, cuidando así nuestra salud.



¿POR QUÉ USAR PLANTAS MEDICINALES PARA CURAR NUESTRAS ENFERMEDADES?

El uso de plantas medicinales para el cuidado de la salud, es tan antiguo como la humanidad.

Desde hace cientos de años, los Pueblos Originarios de Mesoamérica (Olmecas, Mayas, Toltecas y Mexicas) utilizaban plantas como base de su terapéutica. De los Mexicas heredamos una clasificación **botánica** que al día de hoy sigue vigente.



El interés de conocer plantas y sus propiedades curativas ha ido en aumento en todo el mundo. Especialmente, por parte de poderosas corporaciones multinacionales farmacéuticas, que pretenden robarse el conocimiento tradicional sobre el uso de la biodiversidad, para patentarlo con fines de lucro privado y elaborar medicinas de patente, cuyo precio las hace inaccesibles para el pueblo.

Lamentablemente muchas comunidades y familias indígenas de nuestro país, bajo el proceso de colonización cultural, han perdido el interés de usarlas en su propia salud, prefiriendo usar la *"medicina moderna".*





En la actualidad cada vez son menos los médicos indígenas, parteras, abuelos y abuelas, que saben y resguardan sus saberes acerca de las propiedades de cada una de las plantas curativas que existen en sus lugares de origen; y son muy pocos los que heredan esos conocimientos a las nuevas generaciones, quienes movidos por los espectaculares resultados que la medicina *"de farmacia"* hace en su organismo (en relación a los síntomas) y bajo un proceso de auto-discriminación, olvidan estas enseñanzas.

EN LA ACTUALIDAD HAY MUCHAS FORMAS DE MEDICINA ALTERNATIVA QUE EXISTEN EN EL MUNDO, EJEMPLO DE ALGUNAS:

ACUPUNTURA

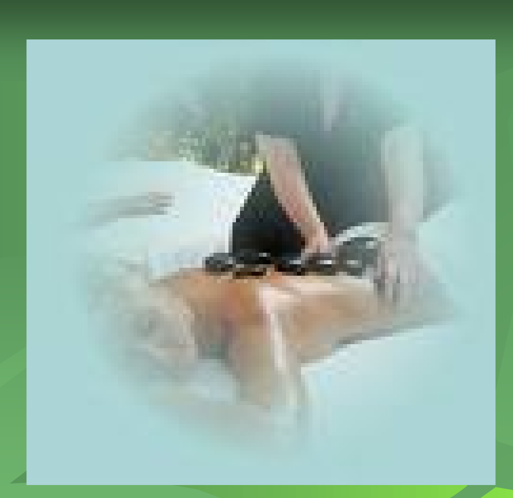


Es un método de tratamiento en la ciencia médica que consiste de dos partes: las agujas y el calor. Reside en la penetración y estimulación en forma estratégica, de ciertos puntos en el cuerpo humano a través de la piel, por diferentes tipos de agujas finas



DIGITOPUNTURA

Consiste en dar masaje en puntos de acupuntura por medio de la presión y el masaje continuo en ciertos puntos específicos; se puede aminorar y aliviar un dolor o fortalecer un órgano.

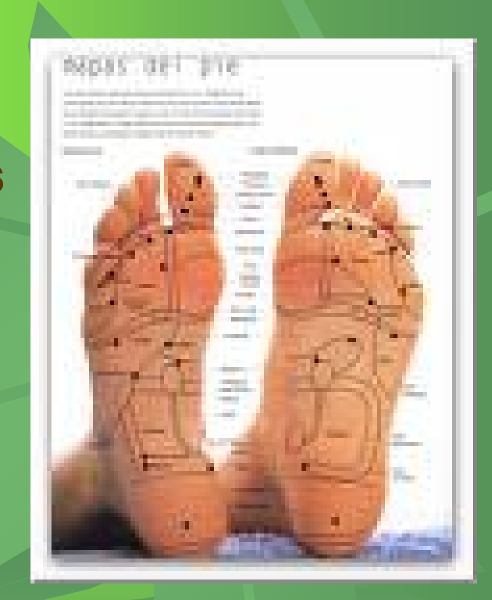


BIOENERGÉTICA

Es un tipo de terapia en la que se combina el trabajo corporal con el análisis psicológico; se realiza con las manos y pone su acento en los ejercicios corporales y en la respiración.

REFLEXOLOGÍA

La reflexología o reflexoterapia opera a través de las zonas reflejas o puntos nerviosos interconectados con zonas alejadas del cuerpo. Cada órgano del cuerpo tiene un punto preciso en el pie, que es su reflejo y desde el cual puede ser estimulado. Su papel preventivo se explica porque equilibra la energía del organismo y por lo tanto contribuye a evitar males posteriores.



FISIOTERAPIA

Es una rama de las Ciencias de la Salud, que se dedica a la prevención, curación o paliación de diversas patologías, mediante la aplicación de agentes físicos, como son: masajes, calor, frío, corrientes eléctricas y sus derivados, baños, ejercicios, estiramientos, etc.





MEDICINA DE PATENTE O MODERNA

Se aplica vía pastillas, inyecciones, jarabes, etc. que se fabrican en modernos laboratorios farmacéuticos y se sacan de productos químicos y plantas medicinales, siendo éstas las más caras.

Y así, podemos mencionar muchas otras más como: Homeopatía, Reiki, Aromaterapia, Cromoterapia, Inciensos, Velas, Musicoterapia, Nutrición Natural, Terapia del Canto, Flores de Bach, Flores de Raff, Delfinoterapia, Gemoterapia, Magnetoterapia, Shiatsu, Yoga, Magnified Healing



La mayoría de estas alternativas, han sido adoptadas, por quienes tienen posibilidades económicas así como el medio para estudiarlas; ya que por sus características, cada una requiere de una capacitación intensa y prolongada para poder practicarla, lo que hace que sólo un grupo reducido de personas pueda tener acceso a ellas, así mismo por este motivo el costo por consulta también esta fuera del alcance de muchos bolsillos.

En cambio las Tinturas y Microdosis , son sencillas, baratas y de fácil acceso para ser preparadas por cualquier miembro de la familia, ya que lo que se necesita para su preparación es de fácil acceso y el costo es bajo; en las comunidades por ejemplo, se cuenta con muchas especies de plantas medicinales y principalmente con el conocimiento de los ancianos, ancianas, parteras, parteros, curanderas, curanderos etc.



Es una forma de tratamiento alternativo que se puede combinar con alopatía, acupuntura, reflexología y/o cualquier otra terapia alternativa existentes hoy en día

TINTURAS DE PLANTAS MEDICINALES



LA TINTURA O BASE, es una forma de conservar el poder curativo de las plantas medicinales; es un concentrado que luego se diluye en la microdosis. Para hacer las tinturas se utilizan plantas frescas, recién colectadas preferiblemente con la colaboración de los médicos indígenas o con los ancianos de la región, quienes saben el mejor sitio de recolecta, la identificación de plantas, así como sus propiedades, la fecha y la hora apropiadas. Una vez captada la información entre los conocedores de la región se recolecta y se lleva lo antes posible al sitio donde se va a preparar la tintura. Se recomienda no guardar en bolsas de plástico las plantas recolectadas, pues fácilmente se alteran con la temperatura y la humedad.

VEHÍCULO HIDROALCOHÓLICO

Es la solución en que se diluyen las Tinturas. En la que utilizaremos alcohol puro de caña de 96° mediado con agua potable hervida o de garrafón, sin cloro, al 33%. Es decir, una parte de alcohol por dos de agua; en caso necesario o urgente, en lugar de alcohol puede utilizarse ron, aguardiente crudo de caña, tequila o mezcal, pero la calidad podría no ser igual porque no tienen el mismo grado de alcohol; asimismo reduce el tiempo de duración.

En caso de intolerancia al alcohol puede emplearse jarabe de azúcar o de miel de colmena, pero su duración es breve, pues fácilmente se contamina o fermenta.

TINTURAS DOBLES

Si se tiene prisa (por la necesidad del paciente) por preparar un medicamento en microdosis, se puede hacer entonces una Tintura Doble; para eso, se cubre totalmente la planta con alcohol puro y se deja reposando en un lugar oscuro durante dos días, al cabo de los cuales separamos el líquido y lo guardamos en frasco hermético en el mismo sitio. Al residuo de la planta le añadimos media cantidad de agua pura y lo agitamos de vez en cuando por dos días más. Al término de este tiempo juntamos los líquidos y ya tenemos la Tintura Doble.

De ser posible es recomendable, dejar que repose de 3 a 4 días, tanto en el alcohol, como en agua, para aprovechar mejor y no perder las propiedades de la planta que se esta preparando.

¿QUE ES LA MICRODOSIS?

Ésta es preparada con medicamentos de origen vegetal, animal, de patente, sustancias químicas; en cantidades muy pequeñas (de mil a quince mil veces menores de las que utilizamos generalmente), disueltas en un vehículo hidroalcohólico (agua y alcohol), y aplicadas en las terminaciones curativas sensoriales del paciente, principalmente de la lengua, se logran los efectos deseados que permiten la curación; por otra parte en la misma proporción en que se reducen la dosis o tomas, se abaten los costos y disminuyen los efectos colaterales indeseables.



MICRODOSIS DE PLANTAS MEDICINALES, EXTRACTOS, BASES, ETC.

Para el caso microdosis elaboradas a base de tinturas de plantas medicinales se emplean desde 8 gotas hasta 2 ml (60 gotas aproximadamente) en 10 ml de vehículo, cuya porción se calcula considerando la concentración de sustancias de la planta o su toxicidad.





¿CUÁLES SON SUS VENTAJAS?

a) Cualquier persona puede prepararlas; sólo se requiere del medicamento que se va a diluir (planta, medicina, sustancia química); del vehículo a utilizar (agua, alcohol, ron); frascos (envases color ámbar y goteros); y etiquetas.

b) No tiene efectos colaterales en nuestro organismo, como en el caso de la medicina alopática, (de patente o farmacia).

c) Las plantas medicinales pueden ser fácilmente utilizables, aún aquellas que son consideradas “medianamente tóxicas” o “tóxicas”; siempre y cuando éstas sean utilizadas con moderación y precaución y siempre bajo vigilancia.

d) La preparación es realmente económica, no requiere mucho gasto, y de una sola “base” o tintura, se pueden preparar muchas microdosis. Por lo que se considera que es de fácil acceso a la economía familiar.

e) Casi con cualquier medicamento se puede preparar la dilución en microdosis, a excepción de lo que tienen varias sustancias activas (medicinas de farmacia o patente).

f) No requiere de transportación especial, ya que el frasco puede llevarse en la bolsa; y tiene una duración aproximada de 6 meses a partir del momento de su preparación.

g) Tiene la misma eficacia para curar la salud que cualquier otra terapia alternativa, con la salvedad que ésta es fácil de preparar, económica y duradera.

h) Hasta ahora no se ha observado que cauce adicción o hábito a ninguna microdosis.





Tomando en cuenta todas las ventajas anteriormente mencionadas, esta alternativa, esta considerada como la ideal para atender enfermedades comunes de nuestra salud!

EJEMPLO DE: ALGUNAS PLANTAS MEDICINALES PARA TINTURAS, MICRODÓSIS, O JARABE UTILIZADAS MAS COMÚNMENTE Y CONSIDERADAS NO TOXICAS

Planta	Uso Medicinal	Mililitros de Tintura para Vehículo Hidroalcohólico (Microdósis)	Modo de administrar la MICRODÓSIS (aplicación directa en la lengua)	TINTURAS (dilución en ¼ vaso de agua hervida)	FOTO
Tomillo	Anemia, asma, gangrena, infección, tos, tosferina, inflamación, picaduras de animales ponzoñosos	1 ml de tintura ó 10 gotas de aceite esencial para 10 ml de vehículo hidroalcohólico	2 gotas c/5 minutos durante máximo 1 hr.; luego, cada hora durante un día; posteriormente 2 gotas 4 veces al día	25 gotas en medio vaso con agua cada 8 hrs. por 3 días; posteriormente, sólo 2 veces al día	

Planta	Uso Medicinal	Mililitros de Tintura para Vehículo Hidroalcohólico (Microdósis)	Modo de administrar la MICRODÓSIS (aplicación directa en la lengua)	TINTURAS (dilución en ¼ vaso de agua hervida)	FOTO
Yerbasanta	Amigdalitis, laringitis, bronquitis, asma, fiebre, mordedura de serpiente	1 ml de tintura para 10 ml de vehículo hidroalcohólico	2 gotas c/5 minutos durante máximo 1 hr; luego, dos gotas c/hr durante un día, posteriormente 2 gotas 4 veces al día	25 gotas en medio vaso con agua cada 4 hrs. mientras persiste el cuadro agudo x 3 días, después sólo 1 x día	
Prodigiosa	Infecciones estomacales, diarrea aguda, gastroenteritis.	1 ml de tintura para 10 ml de vehículo hidroalcohólico	2 gotas c/5 min. durante máximo 1 hrs.; posteriormente, 2 gotas 4 veces al día	25 gotas en medio vaso con agua, después de cada comida	
Cuachalalate	Gastritis, indigestión, úlcera péptica, mala digestión, manchas de la piel, paludismo	1 ml de tintura para 10 ml de vehículo hidroalcohólico	2 gotas 4 veces al día.	25 gotas diluidas en agua después de cada comida.	

Mayores informes sobre el curso dirigirse a:

Silvia Vázquez Díaz

c.e.: inajak@hotmail.com

Tel: (967) 116 0505

Horario: Lunes a Viernes de 9:00 a.m. a 18:00 p.m.

Visita nuestra página web
www.maderasdelpueblo.org.mx
http://www.maderasdelpueblo.org.mx/tema/46